

Пандемия коронавируса по-прежнему определяет наш образ жизни.

В России началась массовая вакцинация, а значит укрепилась надежда на создание надежных преград распространению недуга. Вооружившись официальной информацией Роспотребнадзора, продолжаем отвечать на самые частые вопросы о COVID-19.

Почему нельзя назначать себе лечение самостоятельно и пропить антибиотики?

Все без исключения антибиотики отпускаются в аптеках по рецепту врача. Все дело в том, что каждый из этих препаратов имеет длинный список побочных эффектов и осложнений. Кроме того, разные антибиотики воздействуют на разные заболевания – их подбирают специалисты. Если начать прием антибиотиков без консультации врача, можно вместо одной проблемы со здоровьем получить еще несколько. Аллергия, дисбактериоз, нарушения работы сердца, печени, почек, желудочно-кишечного тракта – это далеко не полный список того, что можно приобрести, даже не вылечив основную болезнь. Самые серьезные побочные эффекты – риск сердечного приступа или анафилактического шока.

Что будет, если многие люди будут принимать антибиотики бесконтрольно?

Если заниматься самолечением, можно вывести в своем организме бактерии, которые больше будут не чувствительны к антибактериальной терапии. Опасность еще и в том, что человек легко передаст эти бактерии своим друзьям и близким, и им антибиотики тоже перестанут помогать. Человечество рискует остаться беззащитным перед такими опасными болезнями как бронхит, пневмония, туберкулез, цистит, гайморит.

Если держится высокая температура, что можно принимать самостоятельно до посещения врача?

Повышенная температура тела – это защитная реакция организма, она помогает ему быстрее справиться с вирусом. Поэтому сильно снижать температуру не следует. Можно принимать парацетамол, если температура более 38. Но помните: самолечение опасно, нужно своевременно обращаться к врачу.

Правда ли, что антибиотиками нельзя вылечить от коронавирусной инфекции?

Антибиотики – это препараты, которыми лечат болезни, вызванные бактериями. На вирус они действовать не могут. Риновирус, аденовирус, ВИЧ, вирусный гепатит, ветрянка, корь, коронавирус – все это не лечится антибиотиками. При вирусной инфекции антибиотики могут назначаться, когда есть риск присоединения бактериальной инфекции. Но этот риск должен определить врач. При легком и не осложненном течении коронавирусной инфекции применение антибиотиков не нужно.

Могу ли я выбрать вакцину?

Нет. С учетом временных методических рекомендаций Министерства здравоохранения Российской Федерации "Профилактика, диагностика и лечение новой коронавирусной инфекции

Знать и соблюдать



(COVID-19)", где определены категории людей, которые подлежат приоритетной вакцинации от COVID-19, открыта электронная запись на прививку от COVID-19 вакциной "Спутник V" для основной группы риска.

Первая вакцина от коронавируса создана учеными Национального исследовательского центра эпидемиологии и микробиологии имени Н.Ф. Гамалеи Минздрава России. Препарат уже поступил в медицинские организации.

О вакцине подробнее. Препарат получен биотехнологическим методом на основе самой современной технологической платформы, созданной российскими учеными. Он безопасен, потому что не содержит коронавируса. Основа вакцины – созданные в лаборатории специальные структуры (векторы-носители), которые содержат лишь часть гена вируса. В ответ на встречу с ними иммунитет вырабатывает защитные антитела.

Для более надежной защиты препарат "Спутник V (Гам-КОВИД-Вак)" состоит из двух компонентов. Они сделаны на основе векторов аденовирусов разных серотипов. Поэтому вакцинация проводится двукратно: сначала вы получаете один компонент вакцины, потом второй.

Иммунитет начинает формироваться уже после первой прививки. Повторная прививка подстегивает иммунный ответ организма и дает более длительный эффект. Исследования доказывают, что двухступенчатая вакцинация дает иммунный ответ в 100 процентах случаев. И такой иммунитет сильнее, чем у тех, кто переболел коронавирусом.

Как делается прививка?

Прививка от COVID-19 делается дважды. Записаться нужно только на первую вакцинацию. На вторую вас запишут автоматически. Чтобы вы не забыли о второй прививке, за сутки до нее вы получите смс-сообщение с напоминанием (дата, время и поликлиника, куда нужно приехать).

На вакцинацию потребуется не менее часа свободного времени:

– 10 минут. Осмотр врача перед прививкой.

– Около 15 минут. Подготовка препарата. Вакцина хранится в замороженном виде и размораживается перед процедурой.

– 30 минут. Наблюдение после прививки. Вы получите сертификат с отметками о двух прививках (дата вакцинации, название вакцины, подпись врача). Этот документ подтверждает, что вы прошли вакцинацию против COVID-19.

На вакцинацию возьмите паспорт и полис ОМС.

Вакцина состоит из двух компонентов, которые вводятся раздельно.

I этап. Введение первого компонента вакцины. Осмотр терапевтом, вакцинация, наблюдение после процедуры.

II этап (через три недели). Введение второго компонента вакцины.

Рекомендуется в течение трех дней

после вакцинации не мочить место инъекции, не посещать сауну, баню, не принимать алкоголь, избегать чрезмерных физических нагрузок. При покраснении, отечности, болезненности места вакцинации принять антигистаминные средства. При повышении температуры тела после вакцинации принимать нестероидные противовоспалительные средства.

Где можно вакцинироваться?

Вы можете записаться через портал госуслуг. Нужно выбрать услугу "Запись на прием к врачу". В карточке услуги выбрать поликлинику, должность "Врач-терапевт (вакцинация)" или "Вакцинация от COVID-19". После выбора должности выбрать "Кабинет вакцинации от COVID-2019", удобное время и записаться.

В холодное время люди часто болеют другими вирусными заболеваниями, простужаются. Как отличить COVID-19?

Респираторные симптомы у этих заболеваний очень похожи: повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание. При коронавирусе тяжесть симптомов чаще всего нарастает постепенно, для гриппа характерно более резкое начало болезни. Потеря обоняния и вкуса повышает вероятность диагноза COVID-19, но стопроцентным доказательством, что человек инфицирован именно коронавирусом, не является.

Врачи отмечают, что в некоторых случаях могут наблюдаться и такие симптомы, как заложенность ушей или кожные высыпания, диарея. Но как бы то ни было, выводы делаются на основе совокупной клинической картины и анамнеза пациента. В первую очередь учитывается, контактировал ли человек с заболевшим COVID-19, насколько близкими и/или длительными были контакты, не ездил ли пациент в последнее время за границу, в страны с напряженной эпидемиологией.

Почему у людей с подозрением на коронавирус сразу же не берут тесты?

Биологические пробы для ПЦР-исследования берутся чаще всего на 8-10-й день медицинского наблюдения – если человек в группе риска, но симптомов у него нет. После появления первых симптомов тесты рекомендуется брать на третий-четвертый день. В этом случае вероятность получить ложноотрицательный результат теста на COVID-19 минимальна. К такому выводу пришли зарубежные ученые, проанализировавшие более тысячи ПЦР-тестирований. Российские специалисты с этими выводами согласны: в первые дни после инфицирования концентрация патогена в организме еще слишком мала, и лабораторное исследование далеко не всегда выявляет вирус.

Кому надо быть особенно внимательными при симптомах ОРВИ?

Находясь на изоляции с легкими симптомами ОРВИ, в том числе и до постановки диагноза, каждый должен внимательно следить за самочувствием. Если появляются трудности с дыханием, боль в груди, высокая температура, надо незамедлительно сообщить об этом в поликлинику. При быстро нарастающем ухудшении – вызывать скорую помощь.

Особенно внимательными необходимо быть людям с хроническими и другими сопутствующими заболеваниями, в их числе сахарный диабет, патологии сердца и сосудов, болезни почек.

Правда ли, что снизить риск заражения коронавирусом помогают не только защитные маски, но и очки?

Да, такие исследования были проведены в Китае. Ученые выяснили, что люди, которые носят очки, заражаются коронавирусом в пять раз реже. Это связано с тем, что вирус может попасть в организм в том числе и через слизистую глаз. Поэтому наряду с защитой органов дыхания защитной маской дополнительный эффект дает и защита глаз с помощью очков, индивидуальных экранов или щитков.

При этом, разумеется, нельзя забывать и о как можно более частом мытье рук, использовании кожных антисептиков, регулярной дезинфекции контактных поверхностей, в том числе смартфонов, планшетов и иных гаджетов.

Можно ли повторно заразиться COVID-19 вскоре после выздоровления?

В целом многие специалисты сходятся в том, что такие случаи возможны. Многие зависят от иммунного ответа организма при первом заражении. Если болезнь протекала в бессимптомной форме и иммунитет был слабо выражен, то исключить повторное инфицирование нельзя.

В то же время случаи повторного заболевания, то есть проявления симптомов COVID-19, необязательно говорят о том, что человек полностью избавился от инфекции, а потом вскоре подхватил ее вновь. Это может быть и индивидуальным течением затянувшегося инфекционного процесса из-за особенностей иммунитета больного.

Как бы то ни было, вопросы формирования иммунитета к новой коронавирусной инфекции все еще находятся в стадии изучения. Поэтому эксперты убеждены, что переболевшим людям ни в коем случае нельзя пренебрегать средствами индивидуальной защиты.

Как долго организм восстанавливается после перенесенного заболевания?

Безусловно, это зависит от многих факторов, в том числе состояния здоровья человека до болезни и степени тяжести заболевания. Чаще всего после перенесенного COVID-19 люди жалуются на затрудненное дыхание, сильную слабость, повышенную утомляемость, нарушение внимания и координации.

Если пациенту потребовалась госпитализация, однако тяжелого течения болезни избежать удалось, реабилитация после выписки может занять до одного месяца. Но это лишь в том случае, если ранее человек обладал хорошим здоровьем, не имеет сопутствующих заболеваний, не входит в группу риска по возрастному признаку. У людей пожилых и/или имеющих хронические недуги процесс реабилитации может занять значительно больше времени.

Помогают восстановиться, в частности, лечебная физкультура, дыхательная гимнастика, массаж.

Берегите себя!